24.007 Šalát jablkový s pomarančom
100 porcií

Receptúra

Potravina	Veková skupina							
	A		B		C		D	
	Hmotnosť v kg, l, ks							
	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
jablká	4,00	2,60	5,00	3,25	5,00	3,25	6,00	3,90
pomaranče	1,60	1,12	2,10	1,47	2,10	1,47	3,00	2,10
citróny	0,40	0,16	0,60	0,24	0,60	0,24	0,90	0,32
cukor kryštálový	0,20	0,20	0,30	0,30	0,30	0,30	0,50	0,50
voda	2,00	2,00	3,00	3,00	3,00	3,00	4,00	4,00
hmotnosť porcie v g	60		80		80		100	

Výrobný postup

Umyté, očistené jablká postrúhame, pomaranče ošúpeme a pokrájame na malé kocky. Pridáme nálev z vody, cukru, citrónovej šťavy a premiešame.

Nutričné zloženie 1 porcie

veková skupina	energetická hodnota		bielkoviny	tuky	kyselina linolová	sacharidy	vláknina	vápnik	železo	vitamíny				
										A	B_1	B_2	C	E
	kJ	kcal	g	g	g	g	g	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg
A	138	33	0,21	0,1	0,0	6,7	1,2	8,7	0,3	0,004	0,0	0,0	8,9	0,0
B	184	44	0,27	0,2	0,0	9,0	1,6	11,6	0,4	0,005	0,0	0,0	11,6	0,0
C	184	44	0,27	0,2	0,0	9,0	1,6	11,6	0,4	0,005	0,0	0,0	11,6	0,0
D	253	61	0,36	0,2	0,0	12,6	2,0	15,7	0,5	0,007	0,0	0,0	15,8	0,0